

WIESENMÜHLE

Mehl • Naturkost • Landhandel
Getränkemarkt

Wiesenschmühle 97618 Niederlauer 09771 - 20 28

Die Cranberry

**Die Powerbeere zur
natürlichen Vitaminversorgung**



Die Powerbeere zur natürlichen Vitaminversorgung, Zellschutz und Gesunderhaltung von Harnwegen, Herz und Kreislauf!

Die Cranberry ist eine großfruchtige Moosbeere. Sie ist die amerikanische Verwandte der europäischen Preiselbeere. Die eiförmige Frucht wird kirschgroß und ist von leuchtend roter Farbe. Das Fruchtfleisch ist fest mit fruchtig herbem Geschmack. Cranberries zählen zu den Früchten mit dem höchsten Gehalt an Antioxidanzien.

Die Indianer Nordamerikas schätzen die Cranberry bereits seit Hunderten von Jahren. Sowohl der Nährwert, als auch die gesundheitsfördernden Eigenschaften im Bereich der Harnwege spielen eine wichtige Rolle.

Cranberry und Blasengesundheit

Cranberries enthalten eine Vielzahl von sekundären Pflanzenstoffen. Dazu zählt auch der wichtige Inhaltsstoff Proanthocyanidin. Proanthocyanidine wurden als die Pflanzenstoffe in der Cranberry identifiziert, die für die positiven Eigenschaften der Gesunderhaltung der Harnwege verantwortlich sind. Die wichtige Rolle der Cranberry-Proanthocyanidine hat auch die französische Lebensmittelbehörde AFSSA anerkannt und teilt mit, dass eine Verminderung der Festsetzung verschiedener Escherichia coli Bakterien auf den Schleimhäuten der Harnwege erzielt werden kann. Und wenn sich der Erreger nicht einnisten kann, kann er auch keine Entzündung verursachen.

Cranberry und Gesundheit allgemein

Cranberries enthalten Anthocyanin. Dieser Stoff gehört zu den Antioxidanzien, d. h. sie schwächen die Wirkung freier Radikale ab, wirken Zellschäden entgegen und können so helfen, Herz- und Kreislauf-Erkrankungen vorzubeugen. Cranberries können ebenso helfen, den Spiegel an "gutem" HDL-Cholesterin zu erhöhen, um somit einen weiteren Herzschutz-Faktor zu bilden.

Das in Cranberries enthaltene Vitamin C hat eine antioxidative Wirkung und kann darüber hinaus das Immunsystem stärken.

Aufgrund der Fähigkeit von Cranberry, schädliche Bakterien an der Einnistung auf Schleimhäuten zu hindern, nimmt man auch an, dass z. B. Helicobacter pylori Bakterien gehindert werden, die Magenschleimhäute zu befallen. Diese Bakterien sind verantwortlich für die Entstehung von Magengeschwüren.

